

Penggunaan Musik Klasik sebagai Media dalam Meningkatkan Kecerdasan Emosional terhadap Anak Usia Balita 0-5 Tahun

Evi Sondang Pangaribuan
Sekolah Tinggi Teologi Kerusso Indonesia

Abstract

Children's behavior patterns are vulnerable to environmental influences. The attitudes and responses given by children are very much determined by the patterns of upbringing and the patterns of students from their environment, especially in the toddler years (0-5 years) which is called the golden age. This is a very important period because most of the children's brain development is dominated at that time, reaching 80%, while the next 20% will develop after an early age to 18 years of age. Children's emotional intelligence is a very important aspect to be developed, because it will determine children's behavior in the future. One of the appropriate stimuli is by using music, in this case classical music. Where music is the element closest to human life.

Keywords: classical music; emotional intelligence; toddlers

Abstrak

Pola perilaku anak rentan dengan pengaruh sekitar. Sikap dan respon yang diberikan anak sangat ditentukan dari pola asuh dan pola didik dari lingkungannya, terutama di masa balita (0-5 tahun) yang disebut dengan golden age. Masa yang sangat penting karena sebagian besar perkembangan otak anak didominasi pada masa tersebut yakni mencapai 80% sedangkan 20% selanjutnya akan berkembang setelah masa usia dini hingga umur 18 tahun. Kecerdasan emosi anak merupakan aspek yang sangat penting untuk dikembangkan, sebab akan menentukan perilaku anak di masa mendatang. Rangsangan yang tepat salah satunya dengan menggunakan musik, dalam hal ini musik klasik. Di mana musik adalah unsur yang paling dekat dengan kehidupan manusia.

Kata kunci: balita; kecerdasan emosional; musik klasik

PENDAHULUAN

Menurut Lwin¹, musik merupakan aspek pertama yang harus dikembangkan dari sudut neurologis, sebab sejak dari dalam kandungan, janin sudah bisa merespon dan mendengarkan suara-suara termasuk juga musik. Musik bisa membawa pengaruh besar dalam hidup banyak orang dan bisa mengembangkan kecerdasan. Menurut Sousa², musik dapat memberikan efek yang sangat kuat pada otak dengan cara menstimulasi intelektual dan emosional seseorang. Musik juga dapat mempengaruhi tubuh dengan cara mengubah kecepatan detak jantung, kecepatan bernafas, tekanan darah, ambang batas rasa sakit, dan gerakan otot. Berbagai respon tersebut adalah akibat dari yang dihasilkan aktivitas jaringan-jaringan saraf dalam motivasi dan rasa senang.

¹ Lwin, May dkk. *Cara Mengembangkan Berbagai Komponen Kecerdasan*. (Yogyakarta: PT. Indeks, 2008), 64

² Sousa, D.A., *Bagaimana Otak yang Berbakat Belajar*. (Jakarta: PT Indeks, 2012), 81

Kepekaan akan suara dimulai sejak dalam kandungan. John M. Ortiz³, berpendapat bahwa : bayi di uterus sejak memasuki bulan keempat atau kelima mulai bereaksi terhadap suara, baik suara di dalam tubuh maupun dari luar tubuh atau kandungan. Memperdengarkan musik atau suara lain yang menyenangkan bagi bayi yang masih ada di dalam kandungan ternyata bisa menstimulasi sistem pendengarannya. Dan berpengaruh positif pada respons bayi terhadap musik dan suara-suara lain setelah bayi itu lahir.

Sejalan dengan perkembangan fisik dan usia anak, syaraf-syaraf yang berfungsi mengontrol gerakan motorik mengalami proses *neurological maturation* (kematangan neurologis). Kematangan secara neurologis merupakan hal yang penting dan sangat berpengaruh pada kemampuan anak dalam mengontrol gerakan motoriknya. Namun pertumbuhan keterampilan motorik, baik motorik kasar maupun motorik halus pada anak tidak akan berkembang melalui kematangan begitu saja melainkan juga dengan keterampilan yang harus dipelajari atau dilatihkan.

Pada anak usia 5 tahun atau anak balita (bawah lima tahun), syaraf-syaraf yang mengontrol gerakan motorik sudah mencapai kematangannya dan menstimulasi berbagai kegiatan motorik. Otot besar yang mengontrol gerakan motorik kasar (seperti: berjalan, berlari, menendang, dan sebagainya) berkembang lebih cepat dibandingkan dengan otot halus yang mengontrol kegiatan motorik halus anak (seperti: menggambar, menggunting, mencocok, menempel, dan sebagainya). Hal tersebut dikarenakan motorik kasar yang merupakan gerakan tubuh yang menggunakan otot-otot besar dipengaruhi oleh kematangan anak itu sendiri, sedangkan motorik halus yang merupakan gerakan yang menggunakan otot-otot halus dipengaruhi oleh kesempatan untuk belajar dan berlatih.⁴

Anak balita (0-5 tahun) adalah anak yang telah menginjak usia di atas satu tahun atau lebih populer dengan pengertian usia anak di bawah lima tahun.⁵ Balita adalah istilah umum bagi anak usia 1-3 tahun (batita) dan anak prasekolah (3-5 tahun). Saat usia batita, anak masih tergantung penuh kepada orang tua untuk melakukan kegiatan penting, seperti mandi, buang air dan makan. Perkembangan berbicara dan berjalan sudah bertambah baik. Namun kemampuan lain masih terbatas. Masa balita (0-5 tahun) merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang manusia. Perkembangan dan pertumbuhan di masa itu menjadi penentu keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak di periode selanjutnya. Masa tumbuh kembang di usia ini merupakan masa yang berlangsung cepat dan tidak akan pernah terulang, karena itu sering disebut *golden age* atau masa keemasan.⁶

Masa *golden age* adalah masa emas pada anak-anak di awal kehidupannya yaitu pada usia 0-5 tahun. Fase ini sangat penting diperhatikan oleh orang tua karena pada fase ini pertumbuhan anak sangat pesat sehingga kita sebagai orang tua ataupun pengasuh anak bisa membentuk karakter pada usia ini karena 80% otak anak bekerja pada masa ini, oleh karena itu orang tua harus bisa mengoptimalkan proses tumbuh kembang anak pada masa *golden age*. *Golden age* atau masa emas merupakan masa di mana otak anak mengalami perkem-

³ John M. Ortiz, *Nurturing Your Child With Music – Menumbuhkan Anak-anak yang Bahagia, Cerdas dan Percaya Diri Dengan Musik*, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2002, hal 1

⁴ Depdiknas. *Pengembangan Model Pembelajaran di Taman Kanak-kanak*. Jakarta: Direktorat Pembinaan TK dan SD, 2008.

⁵ Muaris, H. *Lauk Bergizi Untuk Anak Balita*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006, hal 57

⁶ Sutomo, B dan Anggraini, DY. *Menu Sehat Alami Untuk Balita dan Batita*. Jakarta: PT. Agromedia Pustaka, 2010, hal 83

bangun paling cepat dan fase terpenting bagi perkembangan anak. Dimana pada masa ini terjadi kematangan fungsi fisik dan psikis yang siap merespon stimulasi yang diberikan oleh lingkungan. Masa ini juga merupakan masa peletak dasar untuk mengembangkan kemampuan kognitif, motorik, bahasa, sosio emosional, agama dan moral. Untuk mewujudkan masa *golden age* peran orangtua harus bertugas memberikan pengalaman kepada anak-anak, memberikan pendidikan, stimulasi secara maksimal serta mengenalkan mereka pada aktivitas yang diminatinya.⁷

Perkembangan intelektual manusia pada usia 4 tahun sudah mencapai 50%, usia 8 tahun 80%, dan pada usia 18 tahun bisa mencapai 100%. Berdasarkan penelitian tersebut maka masa usia dini adalah masa *golden age* yang harus dioptimalkan karena sebagian besar perkembangan otak anak didominasi pada masa tersebut yakni mencapai 80% sedangkan 20% selanjutnya akan berkembang setelah masa usia dini hingga umur 18 tahun. Dengan kata lain, pada usia 4 tahun pertama separuh kapasitas kecerdasan manusia sudah terbentuk. Bila pada usia tersebut otak anak tidak mendapat rangsangan yang maksimal, maka potensi otak anak tidak akan berkembang. Masa balita merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang manusia. Perkembangan dan pertumbuhan di masa itu menjadi penentu keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak di periode selanjutnya. Masa tumbuh kembang di usia ini merupakan masa yang berlangsung cepat dan tidak akan pernah terulang, karena itu sering disebut *golden age* atau masa keemasan.

Sedangkan kecerdasan emosi merupakan kemampuan emosi yang meliputi kemampuan untuk mengendalikan diri, memiliki daya tahan ketika menghadapi suatu masalah, mampu mengendalikan *impulse*, memotivasi diri, mampu mengatur suasana hati, kemampuan berempati dan membina hubungan dengan orang lain. Kecerdasan emosi sebagai dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan memantau perasaan dan emosi baik pada diri sendiri maupun pada orang lain, memilah-milah semuanya dan menggunakan informasi untuk membimbing pikiran dan tindakan.⁸ Suatu penelitian menyebutkan tentang perbedaan antara seorang anak yang sejak kecil terbiasanya mendengarkan musik akan lebih berkembang kecerdasan emosional dan intelegensinya dibandingkan dengan anak yang jarang mendengarkan musik.

LANDASAN TEORI

Pengertian Musik

Menurut Gunawan, musik sebagai bentuk penyajian yang ada rangkaiannya dengan nada-nada atau suara yang dapat menimbulkan rasa puas bagi penyaji maupun penikmatnya.⁹ Selanjutnya dalam Pasaribu dikatakan bahwa musik adalah perlambang nurani jiwa dan ucapan. Bagian terpenting yang dicari dalam musik adalah kenikmatan.¹⁰ Pendapat lain mengatakan bahwa musik adalah gambaran (refleksi) kehidupan masyarakat yang dinyatakan melalui suara dan irama sebagai alatnya dalam bentuk warna yang sesuai dengan alam masyarakat yang diwakilinya. Musik dapat juga dikatakan sebagai hasil

⁷ Slamet, S. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. (Yogyakarta: FIP UNY, 2005), 89

⁸ Goleman, D. *Kecerdasan Emosional*. (Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2009), 94

⁹ Hadi Gunawan, L. *Pelajaran Seni Musik*, (Surakarta: Widya Duta, 1987), 12

¹⁰ Simanjuntak Pasaribu. *Proses Belajar Mengajar*. (Bandung: Tarsito, 1982), 28

penulisan ide oleh para komponis dengan menggunakan bahasa musik yang berupa isyarat, lambang atau tanda-tanda khusus.¹¹

Kamus Besar Bahasa Indonesia menyatakan bahwa musik adalah ilmu atau seni menyusun nada, kombinasi dan hubungan temporal untuk menghasilkan komposisi yang mempunyai keseimbangan dan kesatuan, nada atau suara yang disusun sedemikian rupa sehingga mengandung irama, lagu dan keharmonisan. Aristoteles filsuf dari Yunani berpendapat bahwa musik adalah sesuatu yang dipakai untuk pengungkapan dan meniru apa yang terdapat dalam hati atau jiwa seseorang, sehingga bila seseorang mendengarkan suatu jenis musik tertentu secara terus – menerus, ia akan dipengaruhi oleh apa yang didengarnya. Menurut Jamalus musik adalah suatu hasil karya seni bunyi dalam bentuk lagu atau komposisi musik, yang mengembangkan pikiran dan perasaan penciptanya melalui unsur-unsur musik, yaitu irama, melodi, harmoni bentuk struktur lagu dan ekspresi sebagai satu kesatuan. Sedangkan menurut Hanser berpendapat bahwa musik telah membuktikan keberadaannya karena memiliki potensi yang mengagumkan untuk mengubah aneka macam perilaku.¹²

Bernstein & Picker mengatakan bahwa musik adalah suara-suara yang diorganisasikan dalam waktu dan memiliki nilai seni dan dapat digunakan sebagai alat untuk mengekspresikan ide dan emosi dari komposer kepada pendengarnya. Musik adalah seni penataan bunyi secara cermat yang membentuk pola teratur dan merdu yang tercipta dari alat musik atau suara manusia. Musik biasanya mengandung unsur ritme, melodi, harmoni, dan warna bunyi.¹³ Musik adalah seni dan ilmu pengetahuan tentang hal menggabungkan bunyi vokal atau bunyi instrumental atau nada dalam berbagai macam melodi, harmoni, ritme/irama, dan warna nada, khususnya untuk membentuk komposisi/gubahan yang mempunyai susunan yang utuh dan mengekspresikan emosi. Musik adalah seni menggabungkan suara dengan menggunakan berbagai macam instrumen musik atau penyanyi untuk menghasilkan bentuk irama, melodi, dan harmoni yang dimaksudkan untuk mengekspresikan pikiran atau perasaan dan untuk mempengaruhi emosi.¹⁴

Definisi musik dapat dibagi menjadi dua kelompok. *Pertama*, musik sebagai ilmu; adalah pengetahuan tentang hal menggabungkan nada-nada, yang berbentuk bunyi vokal atau instrumental, dalam berbagai macam irama, melodi/lagu, dan harmoni untuk menghasilkan komposisi yang mampu mengungkapkan pikiran dan emosi manusia. *Kedua*, musik Sebagai hasil karya seni, musik adalah nada, yang berbentuk bunyi vokal atau instrumental, yang disusun sedemikian rupa sehingga menghasilkan komposisi suara/bunyi yang mengandung irama, melodi/lagu dan harmoni yang merupakan satu kesatuan yang utuh dan berkesinambungan, yang mengekspresikan pikiran dan emosi komposer yang dapat mempengaruhi pikiran dan emosi orang lain yang mendengarkan atau yang memainkan/ menyanyikan hasil komposisi tersebut dan mengakibatkan perubahan sikap dan perilaku orang tersebut.

¹¹ Firman Alif. Skripsi: *Pembelajaran Gitar Elektrik Di sekolah Musik Christoperus Semarang*, 2006, 42

¹² Jamalus. *Musik dan Praktek Perkembangan Buku Sekolah Pendidikan Guru*, (Jakarta: CV. Titik Terang, 1988), 98

¹³ Siti Fitroh. *Musik Sebagai Stimulus Pada Kecerdasan Emosi Anak*. (Madura: Paud Trunojoyo, 2016), 27

¹⁴ Elise Gould, Zane Mokhiber dan Julia Wolfe, *Class of 2019*. (Economy Policy Institute, 2019), 81

Musik Klasik

Istilah musik klasik terdiri dari dua kata, yaitu musik dan klasik. Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia¹⁵, musik adalah seni menyusun nada atau suara dalam urutan, kombinasi, dan hubungan temporal untuk menghasilkan komposisi (suara) yang mempunyai kesatuan dan kesinambungan. Sementara kata klasik, menurut KBBI yaitu karya sastra yang bernilai tinggi serta langgeng dan sering dijadikan tolak ukur atau karta sastra zaman kuno yang bernilai kekal. Jadi musik klasik adalah nada atau suara yang disusun demikian rupa sehingga mengandung irama, lagu, dan keharmonisan yang merupakan suatu karya sastra zaman kuno yang bernilai tinggi. Musik klasik dapat diartikan sebagai berikut: musik yang berasal dari masa lalu, namun tetap disukai hingga kini; musik yang berasal dari masa sekitar akhir abad ke 18, semasa hidup komponis Hayden dan Mozart, yang jadi dikenal sebagai periode klasik; musik yang perbuatannya dan penyajiannya memakai bentuk, sifat, dan gaya dari musik yang berasal dari masa lalu.¹⁶

Menurut Yuhana, musik klasik adalah jenis musik yang menggunakan tangga nada diatonis, yakni sebuah tangga nada yang menggunakan aturan dasar teori perbandingan serta musik klasik telah mengenal harmoni yaitu hubungan nada-nada dibunyikan serempak dalam akord-akord serta menciptakan struktur musik yang tidak hanya berdasar pada pola-pola ritme dan melodi.¹⁷ Musik klasik mempunyai fungsi menenangkan pikiran dan katarsis emosi, serta dapat mengoptimalkan tempo, ritme, melodi dan harmoni yang teratur dan dapat menghasilkan gelombang alfa serta gelombang beta dalam gendang telinga sehingga memberikan ketenangan yang membuat otak siap menerima masukan baru, efek rileks dan menidurka.¹⁸ Selain itu musik klasik berfungsi mengatur hormon-hormon yang berhubungan dengan stres antara lain ACHT, prolaktin, dan hormon pertumbuhan serta dapat mengurangi nyeri.¹⁹

Musik klasik memiliki perangkat musik yang beraneka ragam, sehingga didalamnya terangkum warna-warni suara yang rentang variasinya sangat luas. Dengan kata lain variasi bunyi pada musik klasik jauh lebih kaya daripada variasi bunyi musik lainnya. Karenanya musik klasik menyediakan variasi stimulasi yang sedemikian luasnya bagi pendengar. Menurut Campbell musik-musik Mozart memiliki keunggulan akan kemurnian dan kesederhanaan bunyi-bunyi yang dimunculkannya, irama, melodi, dan frekuensi-frekuensi tinggi pada musik Mozart merangsang dan memberi daya pada daerah-daerah kreatif dan motivasi dalam otak.²⁰ Musik Mozart memberi rasa nyaman tidak saja ditelinga tetapi juga

¹⁵ Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa Edisi Keempat*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2012

¹⁶ Yuhana, E. *Pengaruh Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya*. Skripsi Sarjana. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya, 2010, hal 51

¹⁷ Ibid, hal 56

¹⁸ Nurseha, S., Djaafar, *Pengaruh Musik Gamelan Terhadap Respon Kecemasan Bayi Pada Saat Imunisasi di Klinik Tumbang Anak RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta*. Skripsi Sarjana. Fakultas Kedokteran UGM Yogyakarta, 2002, hal 45

¹⁹ Campbell, D, *Efek Mozart : Memanfaatkan Kekuatan Musik untuk Mempertajam Pikiran, Meningkatkan Kretifitas, dan Menyehatkan Tubuh*, Trans. Hermaya, T, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama, 2002, hal 88

²⁰ Ibid, 90

bagi jiwa yang mendengarnya. Gubahan-gubahan musik klasik ini, bila rajin diperdengarkan akan memberi efek keseimbangan emosi dan ketenangan.

Dari pendapat beberapa ahli di atas dapat disimpulkan bahwa musik klasik adalah jenis musik yang menggunakan tangga nada diatonis, yang memiliki perangkat musik yang beraneka ragam, dan berfungsi untuk menenangkan pikiran dan katarsis emosi.

Kecerdasan Emosional

EQ (emotional quotient) adalah istilah yang dipopulerkan oleh Daniel Goleman.²¹ Berdasarkan hasil penelitian para neurolog dan psikolog, Goleman berkesimpulan bahwa setiap manusia memiliki dua potensi pikiran, yaitu pikiran rasional dan pikiran emosional. Pikiran rasional digerakkan oleh kemampuan intelektual atau yang populer dengan sebutan “*Intelligence Quotient*” (IQ), sedangkan pikiran emosional digerakkan oleh emosi. *EQ* merupakan serangkaian kemampuan mengontrol dan menggunakan emosi, serta mengendalikan diri, semangat, motivasi, empati, kecakapan sosial, kerja sama, dan menyesuaikan diri dengan lingkungan.²²

Salovey dan Mayer mendefinisikan kecerdasan emosional atau *EQ* sebagai “Himpunan bagian dari kecerdasan sosial yang melibatkan kemampuan orang lain, memilah-milah semuanya, dan menggunakan informasi ini untuk membimbing pikiran dan tindakan”²³. Menurut Saefullah, “kecerdasan emosional adalah kemampuan seseorang mengatur emosinya dengan intelegensi (*to manage our emotional life with intelligence*), menjaga keselarasan emosi dan pengungkapannya (*the appropriateness of emotion and its expression*) melalui keterampilan kesadaran diri, pengendalian diri, motivasi diri, empati dan keterampilan sosial”²⁴.

Kecerdasan emosi adalah gabungan dari semua emosi dan kemampuan sosial untuk menghadapi seluruh aspek kehidupan manusia. Kemampuan emosional meliputi, sadar akan kemampuan emosi diri sendiri, kemampuan mengelola emosi, kemampuan memotivasi diri, kemampuan menyatakan perasaan orang lain, dan pandai menjalin hubungan dengan orang lain.²⁵

Balita Usia 0-5 Tahun

Menurut Muarris H, anak balita adalah anak yang telah menginjak usia di atas satu tahun atau lebih populer dengan pengertian usia anak di bawah lima tahun²⁶. Balita adalah istilah umum bagi anak usia 1–3 tahun (batita) dan anak prasekolah (3–5 tahun). Saat usia batita, anak masih tergantung penuh kepada orang tua untuk melakukan kegiatan penting, seperti mandi, buang air dan makan. Perkembangan berbicara dan berjalan sudah bertambah baik. Namun kemampuan lain masih terbatas.²⁷

²¹ Ibid, 180

²² Ibid, 172

²³ Mayer, J.D. & Salovey, P, *What Is Emotional Intelligence?* dalam Salovey, P. & Sluyter, D. (Eds). *Emotional Development and Emotional Intelligence: Implication for Education*. (New York: Basic Books, 1997), 97

²⁴ Saefullah. *Psikologi Perkembangan dan Pendidikan*. (Bandung: CV Pustaka Setia, 2012), 181

²⁵ M. Fernanda Sandi. *Pengaruh Musik Terhadap Kecerdasan Emosional di SMA YP Unila Bandar Lampung*. Lampung, 2018, 107

²⁶ Muarris, H, *Lauk Bergizi Untuk Anak Balita*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2006, 95

²⁷ Sutomo, B dan Anggraini, DY, *Menu Sehat Alami Untuk Balita & Batita*. Jakarta: PT. Agromedia Pustaka, 2010, hal 88

Masa balita merupakan periode penting dalam proses tumbuh kembang manusia. Perkembangan dan pertumbuhan di masa itu menjadi penentu keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan anak di periode selanjutnya. Masa tumbuh kembang di usia ini merupakan masa yang berlangsung cepat dan tidak akan pernah terulang, karena itu sering disebut golden age atau masa keemasan.

PEMBAHASAN

Sebagian besar di antara kita menikmati mendengarkan musik tanpa sepenuhnya menyadari pengaruhnya, Campbell berpendapat bahwa sebagai media penyembuhan yang dapat menghasilkan efek mental dan fisik, yakni: musik menutupi bunyi dan perasaan yang tidak menyenangkan, musik dapat memperlambat dan menyeimbangkan gelombang otak, musik mempengaruhi perasaan, musik mempengaruhi denyut jantung, denyut nadi dan tekanan darah, musik mengurangi ketegangan otot dan memperbaiki gerak dan koordinasi tubuh, musik mempengaruhi suhu badan, musik dapat meningkatkan tingkat endorfin, musik dapat mengatur hormon-hormon yang berkaitan dengan stres, musik mengubah persepsi kita tentang ruang, musik mengubah persepsi kita tentang waktu, musik dapat memperkuat ingatan dan pelajaran, musik dapat meningkatkan produktivitas, musik meningkatkan asmara dan seksualitas, musik merangsang pencernaan, musik meningkatkan daya tahan, musik meningkatkan penerimaan tak sadar terhadap simbolisme, musik dapat menimbulkan rasa aman dan sejahtera.²⁸

Secara umum musik menimbulkan gelombang vibrasi, dan vibrasi itu menimbulkan stimulasi pada gendang pendengaran. Stimulasi itu ditransmisikan pada susunan saraf pusat (limbic system) di sentral otak yang merupakan ingatan lalu hypothalamus atau kelenjar sentral pada susunan saraf pusat akan mengatur segala sesuatunya untuk mengaitkan musik dengan respon tertentu.

Raharja, berpendapat bahwa musik dapat menghilangkan stres sebelum ujian, membantu pembentukan pola pikir, mempengaruhi perkembangan emosi, spiritual, dan kebudayaan.²⁹ Selanjutnya dia menambahkan bahwa musik juga dapat meningkatkan konsentrasi, menenangkan pikiran, meningkatkan kewaspadaan, dan mengurangi suara-suara eksternal yang bisa mengalihkan perhatian.³⁰

Pythagoras, matematikawan Yunani, pada abad 6 SM telah mengupas suatu gejala dalam musik klasik yakni, bila seutas rentangan tali nada alat musik diperpendek lima puluh persen akan menyebabkan nada yang dihasilkan menjadi satu oktaf lebih tinggi. Hal itu diketahui dari penelitian yang dilakukan dengan mendengarkan baik musik klasik secara lengkap atau hanya irama. Ternyata denyut nadi kecepatan pernafasan, tahanan listrik pada kulit dan pembuluh darah si pendengar mengalami perubahan, bahkan terbukti bahwa denyut jantung akan menyesuaikan diri dengan irama yang didengarnya, irama musik klasik

²⁸ Campbell, D, *Efek Mozart: Memanfaatkan Kekuatan Musik untuk Mempertajam Pikiran, Meningkatkan Kretifitas, dan Menyehatkan Tubuh*, Trans. Hermaya, T, Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2002, hal 79-84

²⁹ Raharja, B. *Efek Musik Terhadap Prestasi Anak Usia prasekolah: Studi Komparasi Efek Lagu Anak, Dolanan Jawa, dan Musik Klasik*. Jurnal Cakrawala Pendidikan. XXVIII, No 2, 2009, hal 99

³⁰ Ibid, 103

dengan kecepatan per detik hampir sama cepatnya dengan berbagai macam irama alam. Irama tersebut sama cepatnya juga dengan denyut jantung (rata-rata 0,8 detik). waktu 0,8 detik ini sama dengan waktu yang dibutuhkan untuk berbagai proses sederhana dalam otak. Musik klasik apa saja baik berirama cepat atau lambat, keduanya memiliki pengaruh yang signifikan terhadap manusia.³¹

Pengaruh musik klasik lembut terhadap perkembangan otak anak memberikan pengaruh positif terhadap proses pematangan perkembangan otak. Selanjutnya, proses pematangan itu akan memberikan dampak positif bagi fungsi kerja otak dalam mengkoordinasikan fungsi motorik anak, para peneliti menjelaskan bahwa musik-musik klasik buaian bagi anak berperan membantu proses perkembangan bagian otak yang dikenal sebagai, Frontal lobe (otak depan) yang meliputi sepertiga bagian otak, adanya kaitan langsung mempengaruhi fungsi-fungsi fisik individu karena koordinasi fisik banyak dipengaruhi oleh otak. Lingkungan memiliki peran penting bagi anak untuk belajar memusatkan perhatian dalam melakukan aktivitas mereka, dan pendidikan musik klasik memberi kesempatan pada anak-anak untuk belajar memusatkan perhatian, latihan musik meningkatkan kemampuan verbal karena latihan bermain musik klasik mempengaruhi fungsi ingatan dan proses mengingat secara sistematis akibat adanya modifikasi neuroanatomis pada belahan otak sebelah kiri (left temporal lobe), anak yang diberi pelatihan musik cenderung memiliki kekayaan ingatan verbal yang lebih baik dari pada yang tidak memperoleh pelatihan. Interaksi verbal secara ritmis (kata berirama) antara ibu dan anak mempengaruhi perkembangan kemampuan belajar anak.³²

Di beberapa sekolah anak diminta menggunakan ragam sumber bunyi dan mengkombinasikan satu sama lain sehingga membentuk komposisi musik klasik tertentu, cara ini merangsang anak mengembangkan berbagai hal, seperti pengetahuan tentang bunyi, pemahaman irama, dan impresi musical. Impresi musical bertujuan untuk melatih kepekaan terhadap alam dan lingkungan. Musik klasik dapat digunakan untuk membantu anak merasakan ketenangan tidur. Musik klasik seperti itu merupakan perpaduan komposisi musik dengan denyut jantung, fasilitas musik klasik di rumah memberikan kesempatan kepada anggota keluarga dan memberi kesempatan pada anggota keluarga untuk menikmati kebersamaan dalam suasana musikal. Suasana menyenangkan di dalam kehidupan keluarga cenderung membantu para anggotanya untuk mereduksi ketegangan yang mereka alami dalam, kehidupan sehari-hari. Artinya suasana musikal tersebut memungkinkan anggota keluarga untuk mengurangi beban stress yang dialami.

Montello dan Coons³³ melakukan penelitian terhadap sejumlah anak berusia 11-14 tahun di kota New York, anak-anak ini mengalami gangguan emosional. Mereka cepat sekali merasa tersinggung, marah, dan melakukan tindakan agresif. Setelah mereka mengikuti program terapi musik klasik, mereka mengalami perubahan kendali emosi yang bermakna (*significant*). Mereka menjadi lebih mampu mengendalikan diri, tidak cepat merasa tersinggung, tidak cepat marah, dan agresivitas mereka jauh berkurang. Perubahan emosi ini

³¹ Djohan, *Psikologi Musik*, (Yogyakarta: Buku Baik, 2005), 135-136

³² Monty P Satiadarma, *MS/ AT, MCP/ MFFC, CH, P. Si, Cerdas dengan Musik*, (Jakarta: Puspa Swara, 2004), 31.

³³ Montello L.M & Coons E.E, *Effect of Affective Versus Passive Group Music Therapy on Preadolescents with Emotional, Learning and Behavioral Disorders*, *Journal of Music Therapy*, 35, (1998) 49-67

selanjutnya mempengaruhi proses belajar mereka, sehingga mereka mampu belajar dengan lebih cepat. Hal ini menunjukkan bahwa musik mempengaruhi kemampuan seseorang untuk mengendalikan, disamping itu para subyek pun menjadi lebih toleran terhadap kondisi yang mereka hadapi.³⁴

Kecerdasan emosional menjadikan seseorang mampu mengelola emosi dan mengenali perasaan diri sendiri dan orang lain. Termasuk di antaranya kemampuan memotivasi diri sendiri, kemampuan mengelola emosi pribadi, dan kemampuan berinteraksi sosial. Orang yang memiliki kecerdasan emosional yang baik mampu secara tepat mengelola ekspresi wajah seperti tersenyum cemberut, gembira dan sedih, serta mampu mengatur volume dan intonasi suara sesuai kebutuhan dan kondisi lingkungan.

KESIMPULAN

Fase pada anak usia balita (0-5 tahun) merupakan fase yang disebut usia emas (*golden age*). Dari aspek pendidikan dan pembimbingan stimulasi dini sangat diperlukan, karena setelah perkembangan ini lewat maka beberapa pun kapabilitas kecerdasan yang dicapai individu, tidak akan mengalami peningkatan lagi atau dengan kata lain tidak memiliki kebermaknaan.

Hasil penelitian yang menyebutkan bahwa masa usia dini adalah periode kritis dalam perkembangan anak, karena hasil kajian neurologi menunjukkan bahwa saat lahir otak bayi membawa potensi sekitar 100 milyar sel-sel syaraf yang pada proses berikutnya berkembang dengan pesat dengan menghasilkan bertriliyun-triliyun sambungan antar neuron. Agar tercapai perkembangan sambungan yang optimal dan berpengaruh terhadap kecerdasan anak maka harus diperkuat dengan stimulus psikososial, karena tanpa stimulus sambungan tersebut dapat melemah (atrofi) bahkan musnah.³⁵

Stimulasi yang diperlukan dalam kaitannya dengan pendidikan tumbuh kembang anak adalah musik. Musik sangat kuat sebagai media pendidikan dalam tumbuh kembang anak balita (0-5 tahun). Dari aspek pendidikan dan pembimbingan stimulasi dini sangat diperlukan. Menurut Herry Chung dan Siegel dalam penelitiannya, yang didasari pada teori neuron, menjelaskan bahwa neuron akan menjadi sirkuit jika ada rangsangan musik, rangsangan yang berupa gerakan, elusan, suara mengakibatkan neuron yang terpisah bertautan dan mengintegrasikan diri dalam sirkuit otak. Semakin banyak rangsangan musik diberikan akan semakin kompleks jalinan antar neuron itu. Dimana itulah sebenarnya dasar adanya kemampuan matematika, logika, musik, dan emosi pada anak dimana Gordon Shaw mengatakan kecakapan dalam bidang yakni matematika, logika, bahasa, musik dan emosi bisa dilatih sejak dini melalui musik. Penggunaan musik gereja dapat mengangkat suasana jiwa seseorang, karena melalui musik, kasih sayang serta doa di dalam diri seseorang dapat dibangkitkan.

³⁴ Ibid, hal 155

³⁵ Agustin, M. *Program Bimbingan untuk Mengembangkan Kecerdasan Jamak (Multiple Intellegences Anak Usia Taman Kanak-kanak)*. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia. Tesis tidak diterbitkan, 2006, hal 107

Kecerdasan seorang anak dapat distimulus dengan menggunakan musik. Seperti musik klasik, khususnya dari Mozart penulis mengutip salah satu hasil riset yang dilakukan oleh University of California yang berlangsung tahun 1993 dan dimuat pada koran Republika, dengan melibatkan sejumlah remaja yang gemar mendengarkan Mozart 1871 Sonata D mayor dengan dua piano. Tercatat rata-rata memiliki kemampuan nalar lebih baik ketimbang orang dewasa yang mendengarkan musik lain dalam sebuah ruang yang hening.

Musik klasik dapat meningkatkan kecerdasan, intelegensi dan mengontrol emosi pada anak usia dini dan memiliki kekuatan untuk meningkatkan kemampuan berpikir, memulihkan, memelihara kesehatan fisik, mental, emosional, sosial dan spiritual. Anak balita yang banyak mendengarkan musik klasik, emosinya jauh lebih stabil dan kecerdasannya meningkat dan ada perbedaan secara emosi (EQ) dan intelegensi (IQ) antara anak yang mendengarkan musik klasik dengan yang tidak. Penelitian ilmiah telah membuktikan bahwa dengan mendengarkan musik klasik secara signifikan dapat membantu untuk memfokuskan pikiran dan meningkatkan kinerja otak.

KEPUSTAKAAN

- Alif, Firman, *Skripsi: Pembelajaran Gitar Elektrik di Sekolah Musik Christoperus*, Semarang, 2006
- Campbell, D, *Efek Mozart : Memanfaatkan Kekuatan Musik untuk Mempertajam Pikiran, Meningkatkan Kretifitas, dan Menyehatkan Tubuh*, Trans. Hermaya, T, Jakarta : Gramedia Pustaka Utama, 2002
- Departemen Pendidikan Nasional, *Kamus Besar Bahasa Indonesia Pusat Bahasa Edisi Keempat*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2012
- Djafar Nurseha, S. "Pengaruh Musik Gamelan Terhadap Respon Kecemasan Bayi Pada Saat Imunisasi di Klinik Tumbang Anak RSUP Dr. Sardjito Yogyakarta,," *Skripsi Sarjana*, Fakultas Kedokteran UGM Yogyakarta, 2002
- Djohan, *Psikologi Musik*, Yogyakarta: Buku Baik, 2005
- Fitroh, Siti. *Musik Sebagai Stimulus Pada Kecerdasan Emosi Anak*, Madura: Paud Trunojoyo, 2016
- Goleman, Daniel, *Kecerdasan Emosional: Mengapa EI lebih penting daripada IQ*, Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2009
- _____, *Kecerdasan Emosi Untuk Mencapai Puncak Prestasi*, terj. Alex Tri Kantjono, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2005
- Hadi Gunawan, L. *Pelajaran Seni Musik*, Surakarta: Widya Duta, 1987
- Jamalus. *Musik dan Praktek Perkembangan Buku Sekolah Pendidikan Guru*, Jakarta: CV. Titik Terang, 1988
- Lwin, May dkk. *Cara Mengembangkan Berbagai Komponen Kecerdasan*. Yogyakarta: PT. Indeks, 2008
- Mayer, J.D. & Salovey, P, *What Is Emotional Intelligence? dalam Salovey. P. & Sluyter, D. (Eds). Emotional Development and Emotional Intelligence: Implication for education*. New York: Basic Books, 1997
- M. Fernanda Sandi. *Pengaruh Musik Terhadap Kecerdasan Emosional di SMA YP Unila Bandar Lampung*. Lampung, 2018
- Montello L.M & Coons E.E, "Effect of Affective Versus Passive Group Music Therapy on Preadolescents with Emotional, Learning and Behavioral Disorders," *Journal of Music Therapy*, 35, 1998
- Ortiz, John M, *Nurturing Your Child with Music-Menumbuhkan Anak-anak yang Bahagia, Cerdas dan Percaya Diri Dengan Musik*, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2002
- Raharja, B. "Efek Musik Terhadap Prestasi Anak Usia Prasekolah: Studi Komparasi Efek Lagu Anak, Dolanan Jawa, dan Musik Klasik," *Jurnal Cakrawala Pendidikan*. XXVIII, No 2, 2009

- Saefulah. *Psikologi Perkembangan dan Pendidikan*. Bandung : CV Pustaka Setia, 2012
- Slamet, S. *Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini*. Yogyakarta: FIP UNY, 2005
- Sousa, D.A, *Bagaimana Otak yang Berbakat Belajar*. Jakarta: PT Indeks, 2012
- Yuhana, E. "Pengaruh Musik Klasik Terhadap Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Baru Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya," *Skripsi Sarjana*. Fakultas Psikologi Universitas Airlangga Surabaya, 2010